

# **GRIPE**

## **QUÉ ES?**

Es una enfermedad infecciosa aguda de las vías respiratorias, causada por un virus

## **CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?**

Se caracteriza por la aparición de fiebre, escalofríos, dolor de cabeza, dolores en todo el cuerpo, decaimiento, cansancio general, tendencia a permanecer en cama, tos muy intensa y persistente.

La gripe puede causar la muerte de los niños pequeños.

Es necesario consultar al médico si se observan los siguientes síntomas:

- Dificultad para respirar.
- Respiración muy rápida.
- Rechazo al alimento
- Temperatura muy alta o muy baja, en caso de los más pequeños, con quejidos y mucha tos.

## **CÓMO SE TRANSMITE?**

A través de las gotitas de saliva, secreciones de la nariz que el enfermo envía al aire, con el estornudo, pudiendo éstas caer en la cara de alguien sano.

## **PERÍODOS DE ENFERMEDAD**

La gripe tarda entre 24 y 72 horas para manifestarse, es el tiempo de incubación y va desde el momento en que comienzan a aparecer los primeros síntomas hasta que se declara la enfermedad. Una vez sucedido este período la enfermedad se prolonga de dos a seis días.

## **RECOMENDACIONES PARA SEGUIR DURANTE EL PROCESO**

### **Consultar inmediatamente al médico ante la aparición de los síntomas**

- Permanecer en cama
- No tomar medicamentos por cuenta propia
- Consumir mucha agua
- Evitar abrigarse demasiado para no transpirar
- No calentar excesivamente el ambiente

### **COMO EVITAR EL CONTAGIO**

- Mantener ventilados los ambientes cerrados
- Evitar la permanencia en lugares donde haya mucha gente
- Mantener la higiene, especialmente en los niños
- Evitar compartir toallas, pañuelos y todo objeto personal que facilite el contagio

- Evitar contactos muy cercanos con personas infectadas
- Evitar los cambios bruscos de temperatura.

## VACUNACIÓN

- Las vacunas antigripales son de gran eficacia. Se aplican una vez al año, se recomienda hacerlo en el mes de marzo o abril, especialmente al grupo de mayores de 65 años por indicación médica. En los niños la vacuna se aplica de acuerdo a la recomendación de su pediatra.

## PROTOCOLO N° 1

### Medidas preventivas para lugares de alojamiento de pasajeros

El objetivo de estas recomendaciones es minimizar los efectos de la influenza A (H1N1) (gripe) sobre las personas así como sobre las repercusiones económicas y sociales

#### Medidas para el personal:

- Se recomienda promover y hacer efectiva la vacunación antigripal del personal.
- Todo el personal deberá reforzar las normas de higiene personal, haciendo especial hincapié en el lavado exhaustivo y continuo de manos y antebrazos según se detalla en folleto adjunto.
- Se recomienda para garantizar un mejor lavado, incorporar jabón líquido y toallas descartables.
- El lavado de manos puede ser reforzado con el uso de alcohol al 70 % en gel, pero no debe sustituir al lavado de manos.
- De considerar la empresa el uso de guantes, estos deben ser cambiados con frecuencia y no deben ser sustitutos del lavado de manos.
- En caso de que el Sistema de Salud considere el uso de barbijos, los mismos deben ser de triple capa, deben cubrir nariz y boca, no re utilizarlos, cambiarlos cuando de humedecen y evitar tocarlos mientras se usan.

#### Medidas para la higiene:

- Ventilar por 4 horas y permitir, de ser posible, la entrada de sol en las habitaciones, comedores, gimnasios o espacios donde puedan concentrarse los turistas.
- Extremar las medidas de limpieza y desinfección de los espacios detallados. Aumentar la frecuencia de la higiene diaria.
- Se recomienda que la higiene de las habitaciones se realice del sector limpio hacia el sucio, es decir, primero la habitación propiamente dicha y luego el baño.
- Limpiar y desinfectar manijas, barandas, superficies, picaportes, botones de descarga de agua de inodoros, teléfonos u otros objetos de uso común al menos dos veces al día.
- Dado que el virus es inactivado con 70% de alcohol o con cloro comercial de 50 gr/lit (lavandina), se recomienda la limpieza de superficies con un detergente neutro seguido de una solución desinfectante apropiada de

- lavandina 10 %. Para superficies metálicas, tablas u otros objetos en los que no se pueda utilizar lavandina, puede emplearse alcohol etílico al 70%
- Para la ropa de cama no se requiere ningún procedimiento especial para su lavado: se recomienda el uso de lavandina al 0,01%, una parte de lavandina comercial en 500 partes de agua.
  - Los derrames de fluidos corporales (vómito, orina) se limpiarán añadiendo un material absorbente (papel absorbente, tela, gránulos) sobre el derrame y eliminándolo. Posteriormente se limpiará la zona usando una dilución de hipoclorito de sodio al 1% (lavandina) y siguiendo el procedimiento de limpieza.
  - Para las habitaciones donde se alojen personas con sospecha de padecer la influenza A (H1N1), el personal de limpieza, debe incorporar barbijo triple capa y guantes descartables, extremando el lavado de manos.

**Medidas para el pasajero:**

- Declarar su procedencia.
- Recomendar la auto notificación cuando aparezcan síntomas de enfermedad tipo gripe.
- Consulta inmediata al médico quien determinara las medidas a tomar según el cuadro que presente.
- Cubrirse boca y nariz con pañuelos descartables al toser o estornudar. Descartar de inmediato los pañuelos.
- Lavado de manos exhaustivo y continuo

En el caso de recibir pasajeros sospechosos de padecer Gripe o que han viajado con personas sospechosas de padecerla, se recomienda que se disponga de habitaciones en la planta baja, con buena ventilación al exterior para alojarlas y favorecer el control médico establecido.

Se debe capacitar al personal en el tema, sugiriendo la consulta con personal especializado y evitando la consulta en páginas de divulgación general para no colaborar con la diseminación del pánico colectivo.

**Para cualquier consulta dirigirse a SALUD AMBIENTAL sito en calle Villegas 447 de lunes a viernes de 8 a 14 hs.**

## Lavado de manos

## PROTOCOLO N° 2

Limpieza y desinfección tras el transporte de un posible caso de Influenza A (H1N1)

- Los transportes deben ser higienizados entre pacientes

- Las zonas diferentes a las del traslado del paciente se limpiarán según protocolo establecido para la limpieza de esas áreas (no reviste mayores cuidados)
- El personal que lleve a cabo la limpieza, de las zonas donde se traslade el caso sospechoso, utilizará guantes no estériles, batas desechables no estériles, barbijos N95 y protección ocular mientras limpia el compartimiento.
- Se debe ventilar el ambiente previo y durante el protocolo de higiene.
- Dado que el virus es inactivado con 70% de alcohol o con cloro, se recomienda:
  - la limpieza de superficies con un detergente neutro seguido de una solución desinfectante apropiada de hipoclorito de sodio al 1% de la lavandina comercial de 50gr/L
  - Para el caso de equipamiento que no permita el uso de lavandina, se empleara alcohol al 70%
  - Para superficies como asientos con tapizados, alfombras, cortinas y similares se recomienda el uso de aerosoles comerciales con desinfectantes dejando actuar los mismos por 10 minutos y favoreciendo la ventilación.
- Se incluirá en el protocolo de higiene a barandas, manijas, paneles de control, camillas, suelo y paredes, superficies de trabajo.
- Los derrames de fluidos corporales durante el transporte se limpiarán añadiendo un material absorbente (papel absorbente, tela, gránulos) sobre el derrame y eliminándolo en contenedores de residuos para patógenos. Posteriormente se limpiará la zona usando una dilución de hipoclorito de sodio al 1% (lavandina) y siguiendo el procedimiento de limpieza.
- En el vehiculo se debe tener Alcohol 70% en gel para la higiene de manos del personal y recipientes para la correcta eliminación de los residuos. (bolsas rojas)
- La ropa de cama (cubre camillas o similares) utilizada debe ser colocada en bolsa correctamente identificadas para su adecuado tratamiento (se recomienda el uso de lavandina al 0,01%, diluyendo una parte de lavandina comercial en 500 partes de agua).

## **PROTOCOLO N° 3**

Traslado de personas (TURISTAS)

Existen dos alternativas de traslado de personas (pasajeros, turistas, clientes)

1. La que corresponde al traslado de personas que han sido identificadas como CASO SOSPECHOSO DE INFLUENZA A (H1 N1), donde se tendrá determinado el algoritmo correspondiente que cada empresa haya elaborado para estos casos y se deberá actuar del modo que se detalla:

- 
- – Los transportes deben ser higienizados entre pacientes
- – Las zonas diferentes a las del traslado del paciente se limpiarán según protocolo establecido para la limpieza de esas áreas (no reviste mayores cuidados)
- – El personal que lleve a cabo la limpieza, de las zonas donde se traslade el caso sospechoso, utilizará guantes no estériles, batas desechables no estériles, barbijos N95 y protección ocular mientras limpia el compartimiento.
- – Se debe ventilar el ambiente previo y durante el protocolo de higiene, sugiriéndose 4 (cuatro) horas en total.

Dado que el virus es inactivado con 70% de alcohol o con cloro, se recomienda:

- la limpieza de superficies con un detergente neutro seguido de una solución desinfectante apropiada de hipoclorito de sodio al 1% de la lavandina comercial de 50gr/L
- Para el caso de equipamiento que no permita el uso de lavandina, se empleara alcohol al 70%
- Para superficies como asientos con tapizados, alfombras, cortinas y similares se recomienda el uso de aerosoles comerciales con desinfectantes dejando actuar los mismos por 10 minutos y favoreciendo la ventilación.
- Se incluirá en el protocolo de higiene a barandas, manijas, paneles de control, camillas, suelo y paredes, superficies de trabajo.
- Los derrames de fluidos corporales durante el transporte se limpiarán añadiendo un material absorbente (papel absorbente, tela, gránulos) sobre el derrame y eliminándolo en contenedores de residuos para patógenos. Posteriormente se limpiará la zona usando una dilución de hipoclorito de sodio al 1% (lavandina) y siguiendo el procedimiento de limpieza.
- En el vehiculo se debe tener Alcohol 70% en gel para la higiene de manos del personal y recipientes para la correcta eliminación de los residuos. (bolsas rojas)
- La ropa de cama (cubre camillas o similares) utilizada debe ser colocada en bolsa correctamente identificadas para su adecuado tratamiento (se recomienda el uso de lavandina al 0,01%, diluyendo una parte de lavandina comercial en 500 partes de agua).

2) La que corresponde al traslado de personas que se presentan con síntomas compatibles con la Influenza A (H1N1): Fiebre superior a 38°C, decaimiento, dolor muscular, tos o dolor de garganta y se determine que durante los últimos 10 días ha estado en un área afectada con la enfermedad, en cuyo caso se deberá:

- 
- – Hacerles entrega de un barbijo triple capa para que se lo coloque inmediatamente
- – Ubicarlos en el sector anterior del vehículo, favoreciendo que sean los últimos en subir y los primeros en bajar, para casos en que la persona sea detectado previo al inicio de la excursión. Para el caso en que se la detecte durante la excursión, no movilizarlo del lugar donde está ubicado, y hacer que sea el primero en descender
- – Avisar inmediatamente a la vía jerárquica que corresponda para que la persona reciba la debida atención médica.
- – Ventilar el transporte
- – Limpiar según protocolo propio establecido para la limpieza de los vehículos (no reviste mayores cuidados)
- – Lavado de manos del personal

Se debe capacitar al personal en el tema, sugiriendo la consulta con personal especializado y evitando el acceso a páginas de divulgación general para no colaborar con la diseminación del pánico colectivo.